

# SABIAS?

El 53% de los niños que abusan de los medicamentos recetados los obtienen de familiares o amigos.

*Revise las siguientes pautas para evitar uso indebido de drogas y discutirlo ampliamente con su familiares y amigos.*

## **LOCK YOUR MEDS™**

Todos los días, 1,700 niños y adultos jóvenes empiezan a experimentar con las drogas por recetas médicas.<sup>2</sup> Sólo el 4.9% de los niños que hacen el uso indebido de las drogas por recetas dicen que obtienen el medicamento de un extraño, un traficante de drogas o la Internet.<sup>1</sup> Evite que sus hijos hagan el uso indebido de sus propios medicamentos guardándolos en sitios a los cuales ellos no tengan acceso.

## **HACER UN INVENTARIO**

Descargue su Tarjeta de inventario de medicamentos caseros en [www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org), escriba el nombre y la cantidad de medicamentos que tiene actualmente y verifique regularmente que no falte nada.

## **EDUQUESE Y EDUQUE A SU HIJO**

Infórmese sobre los tipos de medicamentos de recetas más usados (calmantes, sedantes, estimulantes y tranquilizantes.) Después, comuníquese los peligros a su hijo con frecuencia – una sola vez no es suficiente.

## **ESTABLEZCA REGLAS CLARAS Y MONITOREE EL COMPORTAMIENTO**

Expresé su desaprobación del uso de drogas por recetas médicas sin rectas. Monitoree el comportamiento de su hijo para asegurarse de que se sigan las reglas.

## **PASE LA INFORMACION**

Comparta su conocimiento, experiencia y apoyo con los padres de los hijos de su hijo. Junto a ellos, usted puede crear un mecanismo de cambios para así criar hijos sanos, libres de drogas.

## **DESECHAR CORRECTAMENTE LOS MEDICAMENTOS ANTIGUO Y NO UTILIZADOS**

Para obtener pautas sobre la eliminación segura y adecuada de medicamentos, visite [www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org).

Ella heredó el pelo de su mamá.

Los ojos de su padre.

Y sus drogas del mueble de cocina de sus padres.

El 53% de los adolescentes obtienen sus medicamentos por recetas médicas a través de amigos y familiares, no de traficantes callejeros.

**TOME CONCIENCIA. NO COMPARTA.**

**LOCK YOUR MEDS.®**

[www.lockyourmeds.org](http://www.lockyourmeds.org)



1. Administración del Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental. Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud de 2014; Hallazgos Nacionales  
2. Administración del Abuso de Sustancias y Servicios de Salud Mental. Encuesta Nacional sobre el Uso de Drogas y la Salud de 2014; Calculado del detalle de la tabla 4.6B.